

چیستی بیماری‌های گرایشی قلب و شیوه درمان آن در قرآن و روایات

bagheryan_49@yahoo.com

محمد باقریان خوزانی / دکتری علوم قرآن و تفسیر مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی
دریافت: ۹۶/۷/۱۷ پذیرش: ۹۷/۲/۲۵

چکیده

واژه «قلب» که در جهان بینی قرآن نماینده هویت و جان آدمی است، دستخوش آفات و بیماری‌هایی می‌گردد. تنوع این بیماری‌ها را می‌توان در ابعاد گوناگون گرایشی، بینشی و کنشی تقسیم‌بندی کرد. در این نوشتار، بیماری‌های قلب از منظر قرآن، تنها در بعد گرایشی آن با رویکرد توصیفی - تحلیلی مطالعه و بررسی شده و راهکارهای مناسب برای بهبود بخشیدن به آنها از منظر قرآن کریم ارائه گردیده است. بررسی بیماری‌های گرایشی که در قرآن کریم به قلب نسبت داده شده‌اند، این نتیجه را به دست می‌دهد که بیشترین عامل این بیماری‌ها فاصله گرفتن از خداوند و بی‌توجهی به دستورات انسان‌ساز فردی و اجتماعی الهی است که در قرآن کریم و کلام معصومان علیهم‌السلام منعکس شده است.

کلیدواژه‌ها: قلب، صدر، فؤاد، بیماری گرایشی، درمان.

مقدمه

توصیف قلب به اوصاف و حالات گوناگون، نظیر «سلیم»، «مریض» و «منیب» در قرآن کریم، بیانگر جایگاه ویژه آن در حیات انسانی است. اوصاف یادشده و بسامد کاربرد آنها نشان می‌دهد که قلب انسان در ابعاد گوناگون بینشی، گرایشی و کنشی، همواره در معرض آسیب‌های جدی قرار دارد و لازم است برای داشتن هویتی سالم، این آسیب‌ها را شناسایی و از بروز آنها جلوگیری کرد.

پژوهش حاضر، تنها به بررسی بیماری‌های گرایشی قلب و راه‌های درمان آن از منظر آیات و روایات پرداخته است. به لحاظ پیشینه، هرچند پدیده «قلب» ذیل آیات مرتبط با آن توسط مفسران بحث و بررسی شده است و برخی نیز تحقیقات مستقلی در این خصوص انجام داده‌اند، اما هیچ‌یک به چستی بیماری‌های گرایشی قلب و راهکار قرآنی برای درمان ویژه آن بیماری‌ها به صورت منقح نپرداخته‌اند. در ادامه، به برخی از آثاری که در ارتباط با موضوع این پژوهش نگاشته شده‌اند، اشاره می‌کنیم و کاستی‌های هریک را یادآور می‌شویم:

الف) رساله دکتری آقای محسن یارسانژاد تحت عنوان *حقیقت قلب و حالات آن از دیدگاه قرآن و عرفان اسلامی*. در این رساله، افزون بر اینکه به برخی عناوین مطرح در باب بیماری‌های قلب در بعد گرایشی توجه لازم صورت نگرفته، به راهکارهای درمان آن نیز توجهی نشده است.

ب) کتاب *قلب و خصوصیات معنوی آن*، اثر آقای محسن سعیدیان. در این اثر به جنبه‌های مثبت و منفی قلب و حالات آن به صورت کلی اشاره شده و تنها در برخی موارد به راه درمان توجه گردیده است.

ج) پایان‌نامه‌ای با عنوان *بیماری‌های قلب و علاج آن از منظر قرآن و حدیث*، نوشته خانم *افسانه قارونی*. ایشان بیماری‌های قلب را در سه بخش قلبی - اعتقادی، قلبی - اخلاقی و قلبی - لسانی مطرح کرده و به گناهی که قلب انسان در بعد اعتقاد و نه گرایش، به آنها دچار بوده و نیز راه درمان آن اشاره کرده است. برای مثال، به «ختم قلب» به عنوان بیماری قلبی اعتقادی پرداخته، ولی به چستی آن اشاره نکرده است؛ بلکه به بیان برخی مصادیق آن مانند کفر بسنده کرده و برای درمان آن راهکاری ارائه نموده است.

اما پژوهش حاضر به بررسی انواع بیماری‌های قلب در قرآن پرداخته است که قلب در بعد گرایشی در معرض آنها قرار دارد و نیز برای درمان آن بیماری‌ها راهکارهایی مؤثر ارائه کرده است.

ماده «قلب» در لغت به خالص و شریف یک چیز و همچنین به برگرداندن آن از حالت و صورتی به حالت و صورت دیگر اطلاق می‌شود؛ و به قلب انسان «قلب» اطلاق می‌شود، یا به این دلیل که شریف‌ترین عنصر در وجود انسان است (ابن فارس، ۱۴۰۴ق، ماده قلب) یا از این حیث که حالاتش دچار تغییر و دگرگونی می‌شود (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق، ماده قلب). به نظر برخی، قلب اساساً به مطلق تحول و تبدل اطلاق می‌شود؛ اعم از اینکه تحول مکانی یا زمانی باشد یا در حالت، صفت یا در موضوع خاص (ر.ک: مصطفوی، ۱۳۶۸، ماده قلب)؛ چنان‌که قلب در هیئت اسمی به عضو صنوبری‌شکلی اطلاق می‌شود که به لحاظ مکانیت، دومین عضو کلیدی در ساختار ارگانیک بدن انسان است (فراهیدی، ۱۴۰۹ق، ج ۹ ص ۱۷۱)؛ و گاه به معنای خرد و دانش و گاه بر عقل نیز اطلاق شده است (ازهری، ۱۴۲۱ق، ج ۹، ص ۴۳).

در این نوشتار، معنای مصدری این واژه، و نیز عضو مادی‌ای که درون سینه جای دارد، مراد نیست؛ بلکه معنای اسمی یا وصفی آن مراد است که به مثابه هویت و روح انسانی تلقی می‌گردد (طریحی، ۱۳۷۵، ج ۲، ص ۱۴۸؛ مصطفوی، ۱۳۶۸، ج ۹، ص ۳۰۴-۳۰۵).

۱. قلب در قرآن

مشتقات واژه قلب، ۱۶۸ بار در قرآن ذکر شده است. از این میان، ۱۴۳ مورد آن در قالب اسمی و ۶۵ مورد آن در قالب فعلی به کار رفته است. ماده «فؤاد»، «صدر»، و «نفس» همسو با واژه «قلب»، در قرآن فراوان به کار رفته‌اند؛ ۱۶ بار مشتقات کلمه «فؤاد» و ۴۶ بار مشتقات واژه «صدر» و ۲۹۸ بار مشتقات کلمه «نفس».

قلب انسان، دارای حالات و ویژگی‌ها و رفتارهایی است؛ همان‌گونه که نفس انسان از سلامت و بیماری و حالات گوناگونی برخوردار است. از مجموع عناوینی که درباره «قلب» مطرح شده، بیش از جهل عنوان آن مربوط به امراض و حالات منفی‌ای است که قلب به آنها دچار می‌شود. آیات بیانگر آسیب‌ها، گاه به صورت کلی به بیماری قلب اشاره کرده‌اند، نظیر «فِی قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ»؛ و گاه به صورت جزئی به ابعاد گوناگون قلب پرداخته‌اند. برای مثال گاه از عدم فهم و ادراک قلب سخن می‌گویند؛ نظیر: «لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا»؛ و گاه از گرایش و امور مربوط به امیال قلب سخن

الف. صغو

«صغو» در لغت به معنای تمایل پیدا کردن به چیزی است (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق، ص ۴۸۵). در اینجا منظور، میل به باطل و خروج از حالت استقامت است (طباطبائی، ۱۴۱۷ق، ج ۱۹ ص ۳۳۱).

انسان با فطرت توحید به دنیا می‌آید و از منظر قرآن کریم از عواملی که موجب می‌شود قلب به سوی باطل گرایش یابد و باطل در منظر او زیبا و مطلوب جلوه کند، گوش دادن به سخنان باطل است؛ چنان که دیدن مظاهر باطل، گاه قلب انسان را به سوی آن متمایل می‌سازد. لازم به یادآوری است که اصغا خود یک گرایش قلبی نیست؛ بلکه موجب پیدایش تمایل قلبی می‌شود. قرآن کریم در سوره مبارکه «انعام» آیه ۱۱۳ می‌فرماید: «وَلِتَصْنَعُ إِلَيْهِ أَفْئِدَةً الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ وَ لِيُرْضَوْهُ وَ لِيَقْتَرِفُوا مَا هُمْ مُقْتَرِفُونَ».

خداوند می‌فرماید: سرانجام این تمایل، رضایت کامل به برنامه‌های شیطانی (و ليرضوه) و ارتکاب انواع گناهان و اعمال زشت خواهد بود (و ليقترفوا ما هم مقترفون) (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۵، ص: ۴۰۹)؛ چنان‌که درباره دو نفر از همسران پیامبر اکرم ﷺ می‌فرماید: «إِنْ تَتُوبَا إِلَى اللَّهِ فَقَدْ صَغَتْ قُلُوبُكُمَا» (تحریم: ۴). منظور از «صغَتْ قُلُوبُكُمَا» در این آیه، انحراف دل‌های آنها از حق به سوی گناه است (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۲۴ ص ۲۷۶).

یکی از راه‌های درمان تمایل دل به باطل، این است که مسیر دل را با شنیدن آیات قرآن تغییر دهد. در قرآن کریم بارها سخن از شنیدن آیات الهی به میان آمده است؛ زیرا شنیدن موجب گرایش قلب و اطاعت از حق می‌شود: «فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ وَ أَسْمِعُوا وَ أَطِيعُوا» (تغابن: ۱۶)؛ همان‌گونه که امیرمؤمنان ﷺ در ویژگی پرهیزگاران فرموده است: «وَ إِذَا مَرُّوا بِآيَةٍ فِيهَا تَخْوِيفٌ أَصْغَوْا إِلَيْهَا مَسَامِعَ قُلُوبِهِمْ» (نهج البلاغه، ۱۳۷۰، ج ۲ ص ۱۶۰)؛ و چون به آیه‌ای بگذرند که در آن بیم داده شده، گوش دل به آن دهند و گمان برند شیون و فریاد عذاب، بیخ گوش آنان است.

بنابراین باید گوش دل را به خوبی‌ها و سخن و سخنگوی خوب بسپاریم. امام جواد ﷺ در این باره می‌فرماید: «مَنْ أَصْنَى إِلَى نَاطِقٍ فَقَدْ عَبَدَهُ...» (کلینی، ۱۳۶۳، ج ۶ ص ۴۳۴)؛ هر که گوش به گوینده‌ای دهد، به راستی که او را پرستیده است؛ پس اگر گوینده از جانب خدا باشد، در واقع خدا را پرستیده و اگر گوینده از زبان ابلیس سخن گوید، به راستی که ابلیس را پرستیده است.

گفته‌اند: «اشْمَزَتْ قُلُوبُ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ»؛ و در برخی مواقع از بعد رفتاری قلب، «كَسَبَتْ قُلُوبُكُمْ» سخن به میان آمده است.

«گرایش»، در لغت به معنای میل، خواهش و رغبت است. (دهخدا، ۱۳۷۳، ج ۱۱، ص ۱۶۷۷۵)؛ اما در اصطلاح، به‌ویژه در علم روان‌شناسی، گرایش و امیال باطنی در یک تقسیم، به چهار دسته غرایز، عواطف، انفعالات و احساسات تقسیم می‌شود. غرایز، کشش‌های مربوط به نیازهای حیاتی‌اند که با اندامی از اندام‌های بدن ارتباط دارند؛ مانند غریزه خوردن (مصباح، ۱۳۷۰، ص ۴۲۲). ساحت عواطف، که برخی روان‌شناسان اسلامی نام «انفعال» و تأثیرپذیری را بر آن نهاده‌اند، به دو نوع انفعال سلبی مانند رعب و اضطراب، و انفعال ایجابی مانند محبت و رجا تقسیم شده است (کاویانی و پناهی، ۱۳۹۳، ص ۲۲). به نظر برخی دیگر، عواطف، میل‌هایی ایجابی‌اند که در رابطه با انسان دیگر بروز می‌یابند؛ مانند عاطفه والدین؛ اما انفعالات یا کشش‌های منفی، نظیر نفرت و خشم، در مقابل عواطف، حالت‌های روانی‌اند که بر پایه آن، دور شدن و جدایی از انسان دیگری حاصل می‌شود (مصباح، ۱۳۷۰، ص ۴۲۲-۴۲۳).

احساسات، حالتی است که از سه قسم پیشین شدیدتر و تنها به انسان اختصاص دارد؛ مانند احساس تعجب و احساس عشق (همان، ص ۴۲۳). اینک در ذیل به برخی از بیماری‌های گرایشی مهم قلب و نیز عواملی که موجب پیدایش آن می‌شود، اشاره می‌کنیم و به بررسی راهکارهای درمان آنها می‌پردازیم.

۲. بیماری‌های گرایشی

مراد از بیماری‌های گرایشی قلب از نگاه قرآن، به ویژگی‌هایی اطلاق می‌شود که این احساسات و عواطف را مخدوش می‌سازند و قلب را در معرض آسیب قرار می‌دهند. از این رو، در این نوشتار، هر کدام از بیماری‌های قلب، که به‌گونه‌ای به عواطف و احساسات انسان مرتبط باشند، بیماری گرایشی محسوب شده‌اند. عناوین بیانگر آسیب‌های قلب انسان در بعد گرایش و امیال، به شرح زیر است:

۱-۲. انحراف از حق

یکی از بیماری‌های قلب، انحراف قلب به باطل است؛ در قرآن، عناوین صغو و زیغ، به این بیماری اشاره دارد:

ب. زیغ

عنوان دیگری، که به انحراف قلب اشاره دارد، «زیغ» است. زیغ در لغت به معنای میل (فراهیدی، ۱۴۰۹ق، ص ۴، ص ۴۳۴؛ ازهری، ۱۴۲۱ق، ج ۸، ص ۱۵۱) یا انحراف از (مسیر) مستقیم است (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق، ص ۳۸۷). در آیات زیر به این بیماری تصریح شده است:

«... فَأَمَّا الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ زَيْغٌ فَيَتَّبِعُونَ مَا تَشَابَهَ مِنْهُ ابْتِغَاءَ الْفِتْنَةِ وَابْتِغَاءَ تَأْوِيلِهِ...» (آل عمران: ۷)؛ اما کسانی که در قلوبشان انحراف است، پیروی از متشابهات می‌کنند تا فتنه‌انگیزی کنند و تفسیر (نادرستی بر طبق امیال خود) برای آن می‌طلبند (تا مردم را گمراه سازند) (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۲، ص ۴۳۲).

قرآن کریم راهکار درمان این بیماری را در آیه بعدی ذکر می‌کند و آن، دعا به درگاه خداوند برای اصلاح قلب است: «رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا» (آل عمران: ۸). امام کاظم^ع می‌فرماید: خدای بزرگ از افراد صالح چنین حکایت می‌کند که آنان وقتی دانستند دل‌ها گمراه می‌شوند و به کوری و هلاکت خود برمی‌گردند گفتند «ربنا لا تزغ قلوبنا...» (ابن شعبه حرانی، ۱۳۶۳، ص ۳۸۸).

در روایتی از امام صادق^ع سفارش به این دعا شده: «اَكْثِرُوا مِنْ اَنْ تَقُولُوا: رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ اِذْ هَدَيْتَنَا وَ لَا تَأْمِنُوا الزَّيْغَ.» (بحرانی، ۱۴۱۵ق، ج ۱، ص ۶۰۰)؛ بسیار این خواسته را از خدا درخواست کنید؛ چراکه از انحراف و کژی در امان نیستید.

این امر در سیره پیامبر اکرم^ص وجود داشته است؛ به فرموده امیرمؤمنان علی^ع رسول خدا^ص همیشه در نماز مغرب آیه یاد شده را قرائت می‌کرد (محدث نوری، ۱۴۰۸ق، ج ۴، ص ۲۲۷). در روایتی دیگر نقل شده که پیامبر اکرم^ص فراوان دعای «یا مقلب القلوب ثبت قلبی علی دینک» را می‌خواند. وقتی سؤال شد که چرا بسیار این دعا را می‌خوانید، فرمود: قلب آدمی در دستان خداست؛ اگر بخواهد، به راست یا کژی می‌کشد (سیدمرتضی، ۱۹۰۷، ج ۲، ص ۲).

۲-۲. انحراف در مهرورزی

یکی از کارکردهای گرایشی قلب، محبت و مهر ورزیدن است که پدیده‌ای فطری برای انسان است؛ اما گاه این محبت در محلی نادرست به کار گرفته می‌شود یا جای خود را با کینه و نفرت عوض می‌کند که همه نشان‌دهنده بیماری قلب هستند.

الف. محبت نابجا

یکی از کارکردهای گرایشی قلب، محبت و مهر ورزیدن است که پدیده‌ای فطری برای انسان است؛ اما باید توجه کرد که متعلق محبت، با توجه به معیارهای دینی، باید شایسته مهرورزی باشد. ممکن است با تأثیرپذیری از عوامل گوناگون، این گرایش فطری و قلبی انسان دچار انحراف و بیماری گردد. خداوند درباره کسانی که به پرستش گوساله سامری پرداختند، می‌فرماید: «وَ اِذْ اَخَذْنَا مِيثَاقَكُمْ وَ رَفَعْنَا فَوْقَكُمُ الطُّورَ طُورًا مَا اتَيْنَاكُمْ بِقُوَّةٍ وَ اسْمَعُوا قَالُوا سَمِعْنَا وَ عَصَيْنَا وَ اَشْرَبُوا فِي قُلُوبِهِمُ الْعِجْلَ بِكُفْرِهِمْ قُلْ بِسْمَا يَأْمُرُكُمْ بِهِ اِيْمَانُكُمْ اِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ» (بقره: ۹۳).

مراد از «اَشْرَبُوا فِي قُلُوبِهِمُ الْعِجْلَ»، نوشیده شدن محبت عجل (گوساله) در قلب‌های آنهاست. در کلام، مضاف حذف شده و مضاف‌الیه (عجل) جای محبت نشسته است تا مبالغه را برساند و بفهماند که گویا یهودیان از شدت محبتی که به گوساله داشتند، خود گوساله را در دل جای دادند (سیدمرتضی، ۱۹۰۷، ج ۳، ص ۷۱). بنابراین جمله «فی قلوبهم» متعلق به همان کلمه حب تقدیری خواهد بود (طباطبائی، ۱۴۱۷ق، ج ۱، ص ۲۲۲-۲۲۳).

شرک و دنیاپرستی - که نمونه آن عشق به گوساله طلایی سامری بود - در تاروپود قلبشان نفوذ کرد و در سراسر وجودشان ریشه دواند و به همین دلیل خدا را فراموش کردند (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۱، ص ۳۵۱). بیماری این افراد، بنا به تصریح آیه در واژه «بِكُفْرِهِمْ»، کفر آنان است؛ به عبارت دیگر، آنها به جای آنکه خدا را در دلشان جای بدهند و مهر او را در دل ببروراندند، به چیزی غیر او دل سپردند؛ درحالی که دل حرم و حریم خداست؛ امام صادق^ع می‌فرماید: «لقلب حرم الله فلا تسكن حرم الله غير الله» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۷۰، ص ۲۵).

برای از بین بردن این آسیب، نخست باید با حصول معرفت، توحید را در دل‌ها نهادینه ساخت و صفحه دل را از مظاهر غیرالهی پاک کرد؛ هرچند ممکن است قلب‌های تاریک از زنگار باطل، به این معرفت دست نیابند یا با حصول معرفت نسبی، در پی ظلم و استکبار موانعی نظیر جحود، قلب را از پذیرش مظاهر توحید بازدارد: «وَ جَحَدُوا بِهَا وَ اسْتَيْقَنَتْهَا اَنْفُسُهُمْ ظُلْمًا وَ عُلُوًّا» (نمل: ۱۴).

راه دوم، یادکرد نعمت‌هاست که قلب را به سوی حق متمایل می‌سازد. (مصباح، ۱۳۸۸، ج ۱، ص ۳۲۵). قرآن کریم در آیات مختلف بر یادکرد نعمت‌ها تأکید می‌کند: «وَ اذْكُرُوا نِعْمَتَ اللّٰهِ عَلَيْكُمْ

ج. کینه

«غل»، به معنای کینه و دشمنی (فیومی، ۱۴۱۴ق، ج ۲، ص ۵۱۲)، تعبیر دیگری است که در قرآن به قلب نسبت داده شده است. خداوند از زبان مؤمنان چنین بیان می‌کند: «... وَلَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًّا لِلَّذِينَ آمَنُوا» (حشر: ۱۰)؛ پروردگارا! ... در دل‌های ما کینه‌ای نسبت به مؤمنان بر جای مگذار! در آیه‌ای دیگر که از اوصاف بهشتیان یاد شده، چنین آمده است: «وَوَنَزَعْنَا مَا فِي صُدُورِهِمْ مِنْ غِلٍّ» (اعراف: ۴۳؛ حجر: ۴۷).

یکی از بزرگ‌ترین چالش‌های زندگی انسان‌ها در دنیا - که موجب به‌وجود آمدن اختلافات و درگیری‌ها در جامعه می‌شود - زایش غل به معنای کینه‌توزی، دشمنی و حسادت در قلب‌های افراد است که به‌طور مرموز و مخفیانه ریشه پیدا می‌کند و آدمی را وادار می‌کند به دیگران آزار برساند. هیچ مؤمنی با قلبی که در آن کینه مؤمنان دیگر باشد، وارد بهشت نمی‌شود. از این رو در آیه یادشده، خداوند دعای مؤمنان را نقل می‌کند که برای دوری از کینه نسبت به مؤمنان، به درگاه خداوند دعا می‌کنند. قلبی که جایگاه کینه و دشمنی نسبت به مؤمنان است، به دارالسلام راه نمی‌یابد (جوادی آملی، ۱۳۷۸، ج ۲، ص ۴۸۱). روایتی که ذیل این آیه از امام باقر^ع نقل شده است، مقصود از «غل» در آیه را عداوت و دشمنی تفسیر می‌کند که در روز بهشت از دل افراد کنده می‌شود (عروسی حویزی، ۱۴۱۵ق، ج ۲، ص ۳۰).

در برخی از روایات، غل به معنای کینه - به‌عنوان یکی از بیماری‌های قلب - به‌شمار رفته؛ چنان‌که از امیرمؤمنان^ع نقل شده است: «الغل داء القلوب» (لیثی، ۱۳۷۶، ص ۳۲).

بنابراین، برای درمان این بیماری باید از عواملی که موجب پدید آمدن آن می‌شود، دوری جست. برای مثال، در برخی روایات، به عواملی برای پیدایش کینه اشاره شده است که عبارت‌اند از:

الف) شوخی کردن بیجا؛ زیرا موجب به‌وجود آمدن کینه در قلب‌ها می‌گردد. امام علی^ع در سفارشی به فرزندشان امام مجتبی^ع می‌فرماید: شوخی کینه به‌بار می‌آورد: «وَالْمِرْأَحُ يُورِثُ الضَّغَائِنَ» (ابن‌شعبه حرانی، ۱۳۶۳، ص ۸۶).

ب) سرزنش مکرر: امام علی^ع می‌فرماید: برادرت را با همان وضعی که دارد، تحمل کن و زیاد سرزنش نکن؛ زیرا این کار کینه می‌آورد (همان، ص ۸۴).

وَمَا أَنْزَلَ عَلَيْكُمْ مِنَ الْكِتَابِ وَالْحِكْمَةِ بِعَضُوكُمْ بِهِ» (بقره: ۲۳۱) و «فَادْكُرُوا آلَاءَ اللَّهِ وَلَا تَعْتُوا فِي الْأَرْضِ مُفْسِدِينَ» (اعراف: ۷۴). یادآوری نعمت‌های الهی به پیامبران نیز سفارش شده است: «وَأوحى الله إلى موسى: ذكر خلقى نعمائى، وأحسن إليهم، وحببني إليهم؛ فإنهم لا يحبون إلا من أحسن إليهم» (دبلی، ۱۴۱۲ق، ج ۱، ص ۱۱۶).

ب. اشمئزاز (نفرت)

یکی از حالت‌هایی که قلب دچار آن می‌گردد، حالت نفرت است که قرآن از آن به «اشمئزاز» یاد کرده است و می‌فرماید: «وَوَإِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَخَذَهُ اشْمَازُتُ قُلُوبُ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ» (زمر: ۴۵).

«اشمأزت»، از مصدر «اشمئزاز»، به معنای انقباض و نفرت نفس از چیزی است (زهری، ۱۴۲۱ق، ج ۱۱، ص ۲۱۰). این آیه شریفه چهره زشت مشرکان و منکران معاد را در برخورد با توحید منعکس می‌سازد و می‌فرماید: «هنگامی که نام خداوند یکتا برده می‌شود - که مصداق روشن آن، کلمه توحید است - دل‌های کسانی که به آخرت ایمان ندارند، مشمئز و متفرد می‌گردد؛ اما هنگامی که از معبودهای دیگر سخن به‌میان می‌آید، غرق سرور و شادی می‌شوند» (طباطبائی، ۱۴۱۷ق، ج ۱۷، ص ۲۷۱). از این آیه به‌خوبی استفاده می‌شود که سرچشمه بدبختی این گروه دو چیز بوده است: انکار اصل توحید و عدم ایمان به آخرت (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۱۹، ص ۴۸۷)؛ و اینکه ذیل آیه شریفه به عدم ایمان آنها به آخرت توجه شده، برای این است که وعده عذاب کافران در آخرت داده شده است.

نقطه مقابل آنها مؤمنانی هستند که شنیدن نام خداوند برای آنان سرورآفرین است و قلبشان را روشن و خاطرشان را شاد می‌سازد. نباید پنداشت که این صفت ویژه مشرکان عصر پیامبر^ع بوده است؛ در هر مقطع از تاریخ، منحرفان تاریک‌دل و جاهلان مغروری بوده و هستند که از شنیدن نام دشمنان خدا خوشحال و از شنیدن نام خدا و اولیای راستین او خاطرشان آشفته می‌گردد؛ چنان‌که در برخی روایات، این آیه به نواصبی تفسیر شده است که از شنیدن فضایل اهل بیت پیامبر^ع نفرت دارند (حویزی، ۱۴۱۵ق، ج ۴، ص ۴۹۰). نسخه این بیماری، دست برداشتن از جحد و لجاجت در برابر حق و شنیدن آیات و دستورات انسان‌ساز الهی است؛ اما کسانی که قلبشان مهر و بصیرتشان کور شده است، توفیق دل سپردن به خداوند را پیدا نمی‌کنند (انعام: ۲۵؛ نحل: ۲۲؛ اسراء: ۴۶).

دارد. در آیات دیگر نیز به کفر به عنوان عامل رعب الهی در قلب اشاره شده است. (انفال: ۱۲؛ احزاب: ۲۶؛ حشر: ۲).

در مقابل رعب حاصل از کفر و شرک، ثبات و استواری برای اهل ایمان نازل می‌گردد: «إِذْ يُوحَىٰ رَبُّكَ إِلَى الْمَلَائِكَةِ أَنِّي مَعَكُمْ فَتَبَتُوا الَّذِينَ آمَنُوا سَأَلْتَنِي فِي قُلُوبِ الَّذِينَ كَفَرُوا الرَّعْبُ» (انفال: ۱۲)؛ آن‌گاه که پروردگارت به فرشتگان وحی کرد که من با شمایم؛ پس آنان را که ایمان آورده‌اند، استوار سازید؛ زودا که در دل‌های آنان که کافر شدند، بیم افکنم». نمونه دیگری که خدا مثال می‌زند، مادر حضرت موسی علیه السلام است: «وَاصْبِحْ فَوْادُ أُمَّ مُوسَىٰ فارِغاً إِن كَادَتْ تُتْبِدِي بِهِ لَوْلَا أَن رَّبَطْنَا عَلَىٰ قَلْبِهَا لِتَكُونَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ» (قصص: ۱۰).

کلمه «ربطنا» در آیه شریفه، کنایه از اطمینان دادن به قلب مادر موسی علیه السلام است؛ و مراد از فراغت قلب مادر موسی این است که دلش از ترس و اندوه خالی شد، که اگر دل او را (به‌وسیله ایمان و امید) محکم نکرده بودیم، مطلب را افشا می‌کرد. از این رو، ایمان وی باعث شد تا این حالت برای ایشان مشکل نیافریند (طباطبائی، ۱۴۱۷ق، ج ۱۶، ص ۱۲).

ب. اضطراب

یکی از حالاتی که در قرآن کریم برای قلب ذکر شده، اضطراب است. خداوند می‌فرماید: «قُلُوبٌ يَوْمَئِذٍ وَاجِفَةٌ» (نازعات: ۸)؛ دل‌هایی در آن روز، تپنده و لرزان است». «قُلُوبٌ وَاجِفَةٌ» هست. «وجف» در لغت به معنای تپیدن (زمخسری، ۱۳۸۶، ص ۱۰۹)، اضطراب (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق، ص ۸۵۷) و آشفتگی و لرزش (آذرنوش، ۱۳۹۱، ص ۱۱۸۵) است. این کلمه در قرآن، مربوط به حوادث روز قیامت است؛ اما در هر حال یکی از حالات قلب را معرفی می‌کند.

بی‌تردید یکی از اساسی‌ترین چالش‌هایی که دامن‌گیر انسان عصر حاضر است، بیماری اضطراب و افسردگی است که هزینه‌های بسیار سنگینی برای درمان و رهایی از آن، هرساله در کشورهای مختلف بر مردم و دولت‌ها تحمیل می‌شود. اگرچه انسان قرن بیست‌ویکم با تمام وجود به دنبال یافتن مسیر رهایی از اضطراب‌ها و دل‌پره‌های زندگی است و روان‌شناسان الگوهای مختلفی برای رهایی از این بیماری پیشنهاد می‌کنند، اما به یقین تنها راه مؤثر و یگانه عامل کسب آرامش و فایز آمدن بر بیماری اضطراب و استرس و افسردگی، ذکر و یاد خدا، توکل بر او و دعا و تضرع به آستان او در پیچ‌های مهم زندگی است. خداوند در قرآن می‌فرماید: «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ

ج) نسبت ناروا دادن: امام علی علیه السلام در این باره می‌فرماید: نسبت ناروا دادن (به دوست)، بیک جدایی است (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ص ۵۳۲).

در روایتی دیگر از امام صادق علیه السلام نقل شده است که فرموده‌اند: سه چیز دشمنی می‌آورد: نفاق، ستمگری و خودپسندی (ابن‌شعبه حرانی، ۱۳۶۳، ص ۳۱۶).

برای درمان این خصیصه منفی نیز راهکارهایی در روایات پیشنهاد شده است:

(۱) از خود شروع کردن: امیرمؤمنان علی علیه السلام می‌فرماید: برای درو کردن بدی از سینه دیگران، آن را از سینه خودت ریشه کن کن (نهج‌البلاغه، ۱۳۷۰، ج ۴، ص ۴۲).

(۲) هدیه دادن: پیامبر صلی الله علیه و آله می‌فرماید: هدیه، کینه‌ها را از سینه‌ها می‌برد (صدوق، ۱۴۰۳ق، ج ۲، ص ۷۴، ح ۳۴۳).

(۳) خوش‌رویی: پیامبر صلی الله علیه و آله می‌فرماید: خوش‌رویی کینه را می‌زداید (ابن‌شعبه حرانی، ۱۳۶۳، ص ۴۵).

۳-۲. ترس و اضطراب

ترس و اضطراب، از دیگر بیماری‌های قلبی است که قرآن انسان را بدان متوجه کرده و راهکارهای لازم را ارائه نموده است؛

الف. رعب

رعب در لغت به معنای ترس (فراهیدی، ۱۴۰۹ق، ج ۲، ص ۱۳۰)، ترس شدید (شیبانی، ۱۴۱۳ق، ج ۴، ص ۲۱۸)، بریده شدن به خاطر ترسی که دل را فراگرفته (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق، ص ۳۵۶) یا ترسی است که بر قلب چیره شده است (مصطفوی، ۱۳۶۸، ج ۴، ص ۱۶۶).

در قرآن، تعبیر «رعب» به همراه قلب به کار رفته است؛ مانند: «وَقَذَفَ فِي قُلُوبِهِمُ الرِّعْبَ» (احزاب: ۲۶). آیات دیگر عبارت‌اند از: (آل‌عمران: ۱۵۱؛ انفال: ۱۲؛ حشر: ۲). افکندن «رعب» در دل، بیماری تلقی شده است؛ زیرا قلب از حالت طبیعی خارج شده و به‌عنوان کیفری از خدا برای آسیب رساندن به دل مطرح گردیده است.

برای درمان این حالت در قلب، ابتدا باید دقت کرد که چه عواملی موجب این حالت شده‌اند. یکی از عواملی که قرآن کریم به آن اشاره کرده، شرک به خداست. قرآن کریم می‌فرماید: «سَأَلْتَنِي فِي قُلُوبِ الَّذِينَ كَفَرُوا الرَّعْبُ بِمَا أَشْرَكُوا بِاللَّهِ» (آل‌عمران: ۱۵۱). کفر و شرک به خدای متعال، رعب قلبی و دوری از رحمت الهی را در پی

قساوت بیان شده است. البته در این موضوع، سنگ‌دلی یهودیان، شهره آفاق است و برخی از آیات به آن اشاره دارد. خداوند در سوره بقره بعد از بیان داستان گاو بنی‌اسرائیل و ایرادهای آنان چنین می‌فرماید: «ثُمَّ قَسَتْ قُلُوبُكُمْ مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ فَهِيَ كَالْحِجَارَةِ أَوْ أَشَدُّ قَسْوَةً» (بقره: ۷۴)؛ یا در سوره «مائده» بعد از بیان پیمان‌شکنی یهود می‌فرماید: آنان به‌عنوان کیفر کارشان مورد لعن قرار گرفته و دل‌هایشان قسی شده است: «فَبِمَا نَقْضِهِمْ مِيثَاقَهُمْ لَعَنَّاهُمْ وَجَعَلْنَا قُلُوبَهُمْ قَاسِيَةً» (مائده: ۱۳).

در سوره «حدید» نیز از اهل کتاب یاد می‌کند و می‌فرماید، مانند آنان نباشید: «وَلَا يَكُونُوا كَالَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلُ فَطَالَ عَلَيْهِمُ الْأَمَدُ فَقَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَكَثِيرٌ مِنْهُمْ فَاسِقُونَ» (حدید: ۱۶).

همچنین به یکی از علل قساوت دل اشاره کرده است که «فَطَالَ عَلَيْهِمُ الْأَمَدُ فَقَسَتْ قُلُوبُهُمْ». راعب اصفهانی می‌گوید: فرق بین «زمان» و «آمد» این است که «زمان» عام است، ولی «آمد» به‌معنای زمان خاصی است. آمد عبارت است از لحظه‌ای که عمر و مهلت چیزی به‌سر می‌رسد؛ ولی زمان به‌معنای از آغاز تا انجام عمر آن است. از این رو بعضی گفته‌اند که دو کلمه «مدی» و «آمد» معنایی نزدیک به هم دارند. جمله «طال عليهم الامد» (زمان بر آنها طولانی شد) ممکن است اشاره به فاصله زمانی میان آنها و پیامبرانشان باشد، یا طول عمر و درازی آرزوها، یا عدم نزول عذاب الهی در زمان طولانی، یا همه اینها؛ چراکه هر یک می‌تواند عاملی برای غفلت و قساوت و آن‌هم سببی برای فسق و گناه شود.

در حدیثی از امیرمؤمنان علی^ع می‌خوانیم: «در هیچ کاری قبل از فرارسیدن زمانش عجله نکنید که پشیمان می‌شوید؛ و فاصله میان شما و حق نباید طولانی گردد که قلوب شما قساوت می‌یابد» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۷۸، ص ۸۳).

بنابراین، قلب قاسی از آنجاکه در مقابل حق خشوع و انعطاف ندارد، از زی عبودیت خارج است و در نتیجه از مناهای الهی متأثر نمی‌شود و با بی‌باکی مرتکب گناه و فسق می‌گردد. به همین مناسبت، در آیه شریفه در ردیف جمله «فَقَسَتْ قُلُوبُهُمْ»، جمله «وَوَكَثِيرٌ مِنْهُمْ فَاسِقُونَ» را آورد (طباطبائی، ۱۴۱۷ق، ج ۱۹، ص ۱۶۱).

در دو آیه دیگر، خداوند به این امر اشاره دارد که با قساوت دل، زمینه فتنه‌گری شیطان و آراستن و در نتیجه فریبکاری وی نسبت به آنان فراهم می‌گردد:

تَطْمِئِنُّ الْقُلُوبُ؛ (عد: ۲۸) آگاه باشید! با یاد خداوند دل‌ها آرام می‌یابد. مقصود از ذکر، اعم از ذکر لفظی است و بلکه مقصود از آن، مطلق انتقال ذهن و خطور قلب است؛ چه اینکه به مشاهده آیتی و برخوردن به حجتی باشد یا به شنیدن کلمه‌ای صورت گیرد. شاهدش این است که بعد از آنکه می‌فرماید: «الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمِئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ» به‌عنوان قاعده کلی می‌فرماید: «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمِئِنُّ الْقُلُوبُ»؛ با یاد خدا دل‌ها آرام می‌گیرد؛ و این خود قاعده‌ای عمومی است که شامل همه انحای ذکر می‌باشد؛ چه لفظی باشد و چه غیر آن؛ و چه قرآن باشد و چه غیر قرآن (طباطبائی، ۱۴۱۷ق، ج ۱۱، ص ۳۵۴).

آیه یادشده، با آیه سوره انفال که می‌فرماید: «إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ»، منافات ندارد؛ زیرا ترسی که در این آیه به آن اشاره شده است، با اطمینان ناسازگاری ندارد؛ بلکه حالتی قلبی است که طبعاً قبل از حصول اطمینان بر قلب عارض می‌شود؛ چنان‌که آیه «اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُتَشَابِهًا مَثَانِي تَقْشَعِرُ مِنْهُ جُلُودَ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَى ذِكْرِ اللَّهِ ذَلِكَ هُدَى اللَّهِ يَهْدِي بِهِ مَنْ يَشَاءُ» هم این معنا را افاده می‌کند (همان).

چنان‌که قرآن کریم می‌فرماید: «هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ...» (فتح: ۴). به تعبیر قرآن کریم، یاد خدا، از راه‌های دوری از قساوت قلب است.

یکی از مصادیق یاد خدا، نماز است: «وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي» (طه: ۱۴). همچنین برخی روایات به اذکاری سفارش کرده‌اند که موجب آرامش دل می‌گردد؛ چنان‌که امام صادق^ع فرمودند: اگر غم‌ها پیوسته به تو روی آورد، پس بگو «لا حول و لا قوة الا بالله» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۹۳، ص ۲۷۴).

۲-۴. سختی

قلب جایگاه رأفت و رحمت است و اگر دچار سختی و خشونت شود، بیمار شده است. قساوت، غلظت، غیظ و عصبیت، عناوین بیانگر این بیماری در قرآن‌اند.

الف. قساوت

عنوان دیگری که هفت بار در آیات قرآن از آن سخن به‌میان آمده، «قساوت» و مشتقات آن است. در برخی از آیات، به اصل قساوت اشاره شده و در برخی دیگر به منشأ آن و در بعضی آیات، متعلق

«لِيَجْعَلَ مَا يُلْقِي الشَّيْطَانُ فِتْنَةً لِّلَّذِينَ فِي قُلُوبِهِم مَّرَضٌ وَ الْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ» (حج: ۵۳)؛

«وَلَكِنْ قَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَ زَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ» (انعام: ۴۳)؛
در آیه بعد، خدای متعال از متعلق قساوت یاد می‌کند و می‌فرماید: «فَوَيْلٌ لِّلْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ مِنْ ذِكْرِ اللَّهِ» (زمر: ۲۲).

برای معالجه قساوت دل، باید عواملی را که موجب قساوت قلب می‌شود، بازساخت و از بین برد. برخی از این عوامل، احترازی‌اند و باید برای دوری از قساوت قلب، از آنها اجتناب کرد؛ و برخی دیگر از عوامل، اثباتی‌اند.

۲-۴-۱. عوامل احترازی

موارد زیر از نمونه عوامل احترازی‌اند:

الف) پیمان شکنی

از منظر قرآن کریم، پیمان شکنی، قساوت قلب و سنگ‌دلی را در پی دارد؛ چنان‌که درباره پیمان شکنان قوم یهود می‌فرماید: «فَمَا تَقْضِيهِمْ مِيثَاقَهُمْ لَعَنَّاهُمْ وَ جَعَلْنَا قُلُوبَهُمْ قَاسِيَةً» (مائده: ۱۳)؛ پس به‌دلیل آنکه آنان پیمانشان را شکستند، آنها را از رحمت خویش دور ساختیم؛ و دل‌هایشان را سخت گردانیدیم.

ب) فاصله گرفتن از حق

در مطالب پیشین، گذشت که اگر زمان یک امر به‌سرآید و بین افراد و حق فاصله بیفتد، دل‌ها سخت می‌گردد: «فَطَالَ عَلَيْهِمُ الْأَمَدُ فَقَسَتْ قُلُوبُهُمْ» (حدید: ۱۶) اما روزگار بر آنان به‌درازا کشید و دل‌هایشان سخت شد.

ج) ترک یاد خدا

در آیه ۱۶ سوره «حدید» آمده است: «أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَنْ تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ وَمَا نَزَلَ مِنَ الْحَقِّ؟» آیا وقت آن نرسیده است که دل‌های مؤمنان در برابر ذکر خدا و آنچه از حق نازل کرده است، خاشع گردد؟

در روایات نیز به این امر توصیه شده است:

امام صادق علیه السلام فرمودند: خداوند به حضرت موسی علیه السلام وحی کرد که یاد من را در هیچ حالی فراموش نکن؛ چراکه ترک یاد من موجب قساوت دل می‌گردد (بحرانی، ۱۴۱۵ق، ج ۴، ص ۷۰۶). در روایت دیگری آمده است که به‌جز یاد خدا سخن فراوان مگو، که موجب سخت‌دلی می‌شود و انسان قسی‌القلب‌ترین فرد نسبت به خداست

(مشهدی قمی، ۱۳۶۸، ج ۲، ص ۵۲).

د) ترک عبادت

همان‌گونه‌که ترک یاد خدا موجب سختی دل می‌گردد، ترک عبادت نیز قساوت به بار می‌آورد. پیامبر صلی الله علیه و آله در این باره می‌فرماید: «ترک العبادة يقسى القلب»، «ترک الذکر یمیت النفس» (مصباح‌الشریعه، ۱۴۰۰ق، ص ۱۸۰). در کلامی از حضرت عیسی علیه السلام این امر در قالب مثالی به‌تصویر کشیده شده: دل انسان مانند مرکب است که اگر بر آن سوار نشوند و آن را به‌کار نگیرند، چموش می‌شود و خصلتش تغییر می‌کند؛ از این رو دل‌ها را باید با یاد مرگ و سختی دادن در انجام عبادت، رام کرد؛ وگرنه قسی و خشن می‌گردد (ابن‌شعبه حرانی، ۱۳۶۳، ص ۵۰۶).

البته شایان ذکر است که حتی در انجام عبادت و طاعت الهی باید مراقب شیطان بود؛ امام صادق علیه السلام می‌فرماید: گاه شیطان عبادت را برای ما می‌آراید؛ یعنی ۹۹ در از درهای خیر به روی ما می‌گشاید تا در صدمین درب بر ما غلبه یابد. از این رو با او به مخالفت پرداز و برخلاف خواسته او عمل کن؛ و درحقیقت عبادت و طاعتت را آن‌گونه‌که خدای متعال امر کرده است، انجام بده (مصباح‌الشریعه، ۱۴۰۰ق، ص ۸۰).

ه) گناه زیاد

در روایتی از امیرمؤمنان علیه السلام نقل شده است که خشکی چشم بر اثر قساوت دل است؛ و قساوت قلب جز بر اثر فراوانی گناه حاصل نمی‌شود (مشهدی قمی، ۱۳۶۸، ج ۲، ص ۵۵).

و) فراوانی مال

امر دیگری که در روایات به آن تذکر داده شده، زیادی ثروت است که موجب تباهی در دین و نیز قساوت در دل می‌گردد. (طبرسی، ۱۴۱۸ق، ص ۳۴۲).

ز) نگاه به بخیل

یکی از بسترهای زمینه‌ساز قساوت دل، ثروت و امور وابسته به آن است. هم فراوانی مال موجب سنگ‌دلی می‌شود و هم کسی که دل به ثروت بسته و از بخشش آن دریغ می‌ورزد، به‌فرموده امام علی علیه السلام: «النظر إلى البخيل يقسى القلب» (ابن‌شعبه حرانی، ۱۳۶۳، ص ۲۱۴)؛ نگاه به شخص بخیل، دل را سخت می‌کند.

ح) پرخوری

در سخنی از امام صادق علیه السلام چیزی به اندازه پرخوری برای قلب مؤمن زیان بار نیست؛ زیرا هم قساوت دل را به بار می‌آورد و هم فوران شهوت را (مصباح‌الشریعه، ۱۴۰۰ق، ص ۷۷).

وی نشان ده؛ و از سطوت و حملات روزگارش بترسان؛ زشتی دهر و کج‌گردی شبان و روزان را با وی برخوان؛ و خبرهای گذشتگان را به وی عرضه دارد؛ و آنچه بر کسان و پیشینیان پیش از تو گذشته است، به خاطرش آر (نهج‌البلاغه، ۱۳۷۰، ج ۳، ص ۳۸).

ی) آزردهای دراز

در حدیثی قدسی خطاب به حضرت موسی علیه السلام ذکر شده است: آرزویت در دنیا طولانی نگردد که موجب سختی دل می‌شود؛ و شخص سنگ‌دل از من دور است (کلینی، ۱۳۶۳، ج ۲، ص ۳۲۹).

۲-۴-۳. غلظت و خشونت

خشونت بیجا عامل دیگری است که از نگاه قرآن موجب بیماری قلب می‌شود. خداوند در آیه‌ای خطاب به رسولش می‌فرماید: «فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَ لَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ (آل عمران: ۱۵۹)؛ پس با بخشایشی از (سوی) خداوند، با آنان نرم‌خویی ورزیدی؛ و اگر درشت‌خویی سنگ‌دل می‌بودی، از دورت می‌پراکندند.

۲-۴-۲ عوامل اثباتی

در مقابل آنچه نباید انجام داد، مواردی وجود دارد که توجه و انصاف به آنها موجب نرمی دل می‌گردد؛ نظیر:

«ففا» از ریشه فظ به معنای خشونت در کلام است (فراهیدی،

الف) یاد خدا

چنان‌که پیش‌تر اشاره شد (حدید: ۱۶)، خداوند متعال در قرآن مؤمنان را به خشوع دل از طریق یاد خدا تشویق و ترغیب می‌کند و می‌فرماید: آیا وقت آن نرسیده است که دل‌های مؤمنان در برابر ذکر خدا و آنچه از حق نازل کرده است، خاشع گردد؟ به‌فرموده امام باقر علیه السلام با فراوانی یاد خدا به صورت پنهانی، دلت را رقت ببخش (ابن‌شعبه حرانی، ۱۳۶۳، ص ۲۸۵).

۱۴۰۹ق؛ ازهری، ۱۴۲۱ق، ماده فظظ)؛ و غلیظ از غلظ به معنای سختی و خشونت معنا شده است (ازهری، ۱۴۲۱ق، ماده غلظ). علامه طباطبائی می‌نویسد: فظ به معنای جفاکار بی‌رحم است؛ و «غلیظ» بودن قلب، کنایه از نداشتن رقت و رأفت است (طباطبائی، ۱۴۱۷ق، ج ۴، ص ۵۶). واژه «ففا» در اصل به معنای کسی است که سخنانش تند و خشن است؛ و غلیظ‌القلب به کسی می‌گویند که سنگ‌دل است و عملاً انعطاف و محبتی نشان نمی‌دهد. این دو کلمه، گرچه هر دو به معنای خشونت‌اند، اما یکی غالباً درباره خشونت در سخن، و دیگری در زمینه خشونت در عمل به کار می‌رود؛ و به‌این ترتیب، خداوند به نرمش کامل پیامبر صلی الله علیه و آله و انعطاف او در برابر افراد نادان و گنهکار اشاره می‌کند. و نشان می‌دهد که نرمش در گفتار و کردار، نقش بسزایی در هدایت دیگران به سوی حق دارد.

ب) اطعام مسکین و یتیم‌نوازی

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در پاسخ به مردی که از سنگ‌دلی شکوه داشت فرمود: به مسکینان غذا بده و بر سر یتیمان دست‌نوازش بکش؛ چراکه موجب نرمی دل می‌شود (طبرسی، ۱۴۱۸ق، ص ۲۹۲).

هرچند این ویژگی با توجه به تفاوت ذاتی افراد نیز متفاوت است،

ج) اندیشه کردن و گریستن

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در سفارشی چنین می‌فرماید: دل‌هایتان را به نرمی و رقت عادت دهید و بسیار تفکر کنید و از خوف الهی بگریید (دیلمی، ۱۴۱۲ق، ص ۱۴۶). گویا دستورالعمل امام علی علیه السلام بیانگر راهکار نسبت به آن است:

در هر صورت برای درمان آن، این آیه شریفه درس بزرگی است و انسان می‌تواند در پرتو لطف و رحمت خدا و همچنین تمرین و مراقبت از نفس، رویه خود را در برخورد با دیگران اصلاح کند. لازم به ذکر است که در مواردی غلیظ بودن و شدت به‌خرج دادن، یک رویه کاملاً بایسته است و انسان مؤمن در برابر کافران و دشمنان خدا باید سخت‌گیر باشد چنان‌که خداوند به پیامبرش دستور می‌دهد در جهاد با کافران و منافقان، از خود سخت‌گیری و شدت نشان دهد (توبه: ۷۳؛ تحریم: ۹).

دلت را با پذیرفتن پند و اندرز زنده دار؛ و با یقینش نیرو بخش؛ و با یاد مرگش نرم و خاشع ساز؛ نیستی و مرگ را به او بقبولان، حوادث و سختی‌های جهان (پراشوب) را به

۲-۴-۴. غیظ

عنوان دیگری که مشابه قلبی است و جزء حالات قلب می‌باشد، «غیظ» به معنای خشم است. (ابن منظور، ۱۴۱۴ق، ج ۷، ص ۴۵۰). خدای متعال در قرآن چنین می‌فرماید: «وَيَشْفِ صُدُورَ قَوْمٍ مُّؤْمِنِينَ وَ يُذْهِبُ غَيْظَ قُلُوبِهِمْ» (توبه: ۱۴-۱۵)؛ و سینه‌های گروه مؤمنان را شفا بخشد و خشم دل‌های آنان را بزدايد. هرچند صفت خشم، ذاتی انسان است؛ اما طغیان خشم و غضب، به گونه‌ای که کنترل خرد و تدبیر انسان را بگیرد، یک بیماری است که پیامدهای ناگواری را در پی خواهد داشت. رسول خدا ﷺ می‌فرماید: «الغضبُ یفسدُ ایماناً کما یفسدُ الخَلُّ العسلُ» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۲۲، ص ۲۶۷). امام صادق ﷺ فرموده است: «الغضبُ مِفْتَاحُ کُلِّ شَرٍّ» (محمدی ری شهری، ۱۴۱۶ق، ج ۳ ص ۲۲۶۴)؛ غضب کلید هر بدی است.

یکی از راه‌های دوری از این بیماری، دعا کردن است که از اهل بیت ﷺ نقل شده است: «اللهم اغفر ذنبی وأذهب غیظ قلبی وأجرنی من الشیطان الرجیم ولا حول ولا قوة إلا بالله العلی العظیم» (طبرسی، ۱۳۹۲ق، ص ۳۵۰).

دعای دیگر، دعایی است که امام صادق ﷺ هنگام وارد شدن بر منصور دوانیقی، در حالی که وی از امام غضبناک بود، خواند و به واسطه آن خشمش از بین رفت: «یا عدتی عند شدتی و غوثی عند کربتی احسنی بعینک التی لاتنام واکفنی بکفک الذی لا یرام» (همان).

۲-۴-۵. حمیت و عصبیت

یکی از بیماری‌های قلب، داشتن «حمیت‌های جاهلی» است. حمیت، در اصل از ماده «حمی» (بر وزن حمد) به معنای حرارتی است که از آتش یا خورشید یا بدن انسان و مانند آن به وجود می‌آید. به حالت خشم و همچنین نخوت و «تعصب خشم‌آلود» نیز «حمیت» می‌گویند (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۲۲، ص ۹۶). در آیه زیر، به این عنوان تصریح شده است: «إِذْ جَعَلَ الَّذِينَ كَفَرُوا فِي قُلُوبِهِمُ الْحَمِيَّةَ الْحَمِيَّةَ الْجَاهِلِيَّةَ» (فتح: ۲۶).

امام صادق ﷺ می‌فرماید: پیامبر اکرم ﷺ هر روز از چند صفت به خدا پناه می‌برد: شک و شرک و حمیت و غضب و ستم و حسد (صدوق، ۱۴۰۳ق، ص ۳۲۹). حضرت در بیان صفات عقل و جهل، حمیت را یکی از سربازان جهل معرفی می‌کند.

برای درمان این بیماری، باید به ریشه آن توجه داشت. امام

صادق ﷺ نقطه مقابل حمیت را، انصاف می‌داند. پس کسی که دارای انصاف باشد و بی‌جهت از کسی جانب‌داری نکند، توانسته است این بیماری را از خود دور کند. راه دستیابی به این خصلت این است که افراد، دیگران را همانند خویش بدانند؛ یعنی آنکه خود را برتر نداند و خودبزرگ‌بینی در وجود او نباشد (همان، ص ۵۹۱). مؤید این برداشت، کلام امام علی ﷺ است که از آن به «کبر الحمیة» و «فخر الجاهلیة» یاد می‌کند (نهج البلاغه، ۱۳۷۰، ج ۲، ص ۱۴۲). حضرت در جایی دیگر از سخنانشان چنین می‌فرماید: به دلیل اصل و ریشه خود، بر آدم تعصب ورزید (همان، ص ۱۵۰).

البته هر نوع عصبیتی مذموم نیست. در روایت چنین آمده است: معنای عصبیت به این نیست که شخص خویشان خود را دوست داشته باشد؛ بلکه به این معناست که اقوام خود را بر ظلم کردن یاری کند (قمی مشهدی، ۱۳۶۸، ج ۱۲، ص ۳۰۲).

یکی دیگر از زمینه‌های حمیت و عصبیت، علاوه بر تکبر، داشتن ثروت فراوان است. علی ﷺ می‌فرماید: «اما توانگران از مرفهین امت‌های گذشته، به دلیل آثار نعمت‌ها تعصب ورزیدند» (نهج البلاغه، ۱۳۷۰، ج ۲، ص ۱۵۰).

۲-۴-۶. تزیین

«تزیین» به معنای آراستن است (فراهیدی، ۱۴۰۹ق، ج ۷، ص ۳۸۷). خدای متعال از زبان اعراب بادیه‌نشین می‌فرماید: «حفظا اموال و خانواده‌های ما، ما را به خود مشغول داشت (و نتوانستیم در سفر حدیبیه تو را همراهی کنیم). برای ما طلب آمرزش کن!» آنها به زبان خود چیزی می‌گویند که در دل ندارند! (فتح: ۱۱) در جواب اینان چنین آمده است: «بَلْ ظَنَنْتُمْ أَنْ لَنْ يُنْقَلِبَ الرَّسُولُ وَالْمُؤْمِنُونَ إِلَى أَهْلِيهِمْ أَبَدًا وَ زَيْنَ ذَلِكَ فِي قُلُوبِكُمْ وَ ظَنَنْتُمْ ظَنَّ السَّوْءِ وَ كُنْتُمْ قَوْمًا بُورًا» (فتح: ۱۳)؛ ولی شما گمان کردید پیامبر ﷺ و مؤمنان هرگز به خانواده‌های خود بازخواهند گشت و این (پندار غلط) در دل‌های شما زینت یافته بود و گمان بد کردید و سرانجام (در دام شیطان افتادید و) هلاک شدید!

در این آیه، از بدگمانی به عنوان «تزیین در قلب» یاد شده است. این آراستگی که بیانگر گرایش قلبی انسان است، در قرآن کریم نکوهش شده است. از آیات دیگر به دست می‌آید که گرایش یادشده، غالباً از جانب شیطان (انعام: ۴۳؛ نحل: ۶۳؛ عنکبوت: ۳) و گاه از

بر روی شمشیر می‌نشیند (ابن منظور، ۱۴۱۴ق، ج ۱۳ ص ۱۹۲). تعبیر «ران علی قلوبهم» در قرآن یک بار استعمال شده است: «كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ» (مطففین: ۱۴). خداوند در این آیه می‌فرماید: اعمال کافران، زنگار بر قلبشان ریخته، و نور و صفای نخستین را که به حکم فطرت خداداد در آن بوده، گرفته است. به همین دلیل، چهره حقیقت - که همچون آفتاب عالم‌تاب می‌درخشد - هرگز در آن بازتابی ندارد و پرتو انوار وحی در آن منعکس نمی‌گردد (ر.ک: مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۲۶، ص ۲۶۲).

در تبیین معنای این آیه، از رسول خدا ﷺ نقل شده است: «الذنب علی الذنب حتی یسود القلب (دیلمی همدانی، ۱۴۰۸ق، ج ۳، ص ۳۰۹)؛ گناه روی گناه است که موجب سیاهی دل می‌گردد.

امام علی ؑ نیز در تعریف کسی که دلش زنگار بسته است، چنین می‌فرماید: «ومن لیج وتمادی فهو الراكس الذی ران الله علی قلبه وصارت دائرة السوء علی رأسه» (نهج البلاغه، ۱۳۷۰، ج ۳، ص ۱۱۵)؛ هرکس [در برابر حق] لجاجت کند و بر آن پافشاری نماید، او همان بخت‌برگشته‌ای است که خداوند بر دلش پرده [غفلت] زده و پیشامدهای ناگوار بر فراز سرش قرار گرفته است.

بنابراین، راهکار اجتناب از این بیماری، حق‌نگر بودن و یادآوری نعمت‌های الهی است. از امام صادق ؑ روایت شده است: «دل زنگار می‌گیرد؛ از این رو، اگر نعمت‌های الهی را برایش یادآوری کنید، این زنگار از بین می‌رود» (بحرانی، ۱۴۱۵ق، ج ۵، ص ۶۱۲).

۲-۶. وسوسه

بیماری دیگری که قلب به آن دچار است، «وسوسه» است، که به وسیله «خناس» (ر.ک: طباطبائی، ۱۴۱۷ق، ج ۲۰، ص ۳۹۷) در قلب افراد ایجاد می‌گردد: «مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ» (ناس: ۵-۴)؛ بگو من از شر وسوسه‌گر شیطان صفتی که از نام خدا می‌گریزد و پنهان می‌گردد، به خدا پناه می‌برم، که در دل‌های آدمیان وسوسه می‌افکند.

خداوند در آیه‌ای دیگر می‌فرماید: «وَإِمَّا يَنْزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ» (اعراف: ۲۰۰). «نزغ» به معنای وارد شدن و مداخله در امری برای خراب‌کاری و فاسد کردن آن است (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق، ماده نزغ)؛ و در آیه «من بعد آن نزغ الشیطان بینی و بین اخوتی؛ بعد از آنکه شیطان میان من و برادرانم

طرف نفس (یوسف: ۱۸ و ۸۳) صورت می‌گیرد. در بیان امیرمؤمنان ؑ نیز به زینتگری شیطان تصریح شده است (نهج البلاغه، ۱۳۷۰، ج ۱، ص ۱۱۸).

حال باید دانست که راه درمان این گرایش چیست و قرآن کریم و آموزه‌های دینی چه راهکاری را برای برون‌رفت از این مشکل پیشنهاد می‌کنند؟

از آنجاکه این گرایش زمینه قلبی و درونی دارد، برای کنار زدن آن، به راهکار عملی نیاز است. در آموزه‌های دینی دو راهکار پیشنهاد شده است:

الف) بی‌اعتنایی. این پدیده ممکن است در قالب مصادیق گوناگون ظهور پیدا کند. بنابراین با مواجه شدن با هر مصداقی، نسبت به آن باید از خود بی‌اعتنایی نشان داد و با توجه به آیه یادشده باید به سوءظن به عنوان یکی از مصادیق تزئین در قلب، از خود بی‌اعتنایی نشان داد. چنان‌که پیامبر اکرم ﷺ در روایتی راه برون‌رفت از این بیماری را جامعه عمل نپوشاندن به آنچه در درون افراد می‌گذرد، عنوان می‌کند و می‌فرماید: هنگامی که سوءظن پیدا کردی، آن را نادیده بگیر؛ و هنگامی که فال بدزدی، اعتنا مکن و بگذر؛ و هنگامی که حسد در دلت پیدا شد، کاری بر طبق آن انجام مده و ستم مکن (بحرانی، ۱۴۱۵ق، ج ۵، ص ۱۱۳).

ب) حمل بر خوبی. فراتر از بی‌اعتنایی، اگر برای آنچه موجب سوءظن شده است، توجیه مثبت وجود دارد، باید به آن اعتنا نمود و سوءظن را با حسن ظن جایگزین کرد که بی‌تردید پیامدهای گوارایی را در پی خواهد داشت. چنان‌که در کلام امیرمؤمنان ؑ آمده است: سخنی که از زبان کسی بیرون می‌آید و محمل پسندیده نیز برای آن قابل تصور است، نباید گمان بد ببری (نهج البلاغه، ۱۳۷۰، ج ۴، ص ۸۴).

یکی از درمان‌های کلی برای این بیماری، کمک خواستن از خدا و پناه بردن به اوست: «وَ لَکِنَّ اللَّهَ حَبِيبٌ إِلَيْكُمْ الْإِيمَانُ وَ زَيْنَةُ فِی قُلُوبِكُمْ وَ كَرَهُ إِلَيْكُمْ الْكُفْرَ وَ الْفُسُوقَ وَ الْعِصْيَانَ». خدای متعال نیز از راه تزئین، ایمان را در دل افراد می‌آراید و آن را دوست‌داشتنی می‌کند؛ و در مقابل، کفر و بدکرداری و نافرمانی را ناپسند جلوه می‌دهد. این امر، درحقیقت «فضل» و «نعمتی» از جانب خداست: «فَضْلًا مِنْ اللَّهِ وَ نِعْمَةً» (حجرات: ۸). البته این عطیه از جانب خدا بر پایه حکمت است و گتره و گزاف نیست (طباطبائی، ۱۴۱۷ق، ج ۱۸، ص ۴۸۸).

۲-۵. رین (زنگ زدن)

«ران» از ریشه «رین» در لغت به معنای آلودگی و زنگاری است که

۲-۷. حسرت

عنوان دیگری که بیانگر بیماری قلب است، «حسرت» است. حسرت به معنای افسوس و غصه خوردن درباره چیزی است که از دست داده‌اند. گاه این حسرت ممدوح است و آن، جایی است که شخص مؤمن نسبت به عملکرد خود در دنیا کوتاهی کرده است و دریغ او موجب می‌شود در جبران آن بکوشد، یا نسبت به نداشتن یا از دست دادن امر معنوی و اخروی، افسوس می‌خورد؛ اما سخن ما در اینجا مربوط به حسرت مذموم است، که به دلیل جهل و تلقی اشتباهی است که شخص در بینش و نگرش خویش نسبت به خدای متعال و تقدیرات او دارد؛ چنان که خداوند در آیه ذیل مؤمنان را مخاطب قرار داده، به آنان هشدار می‌دهد که مانند منافقان نیندیشند و پندار باطل نسبت به خدای متعال نداشته باشند: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَكُونُوا... لِيَجْعَلَ اللَّهُ ذَلِكَ حَسْرَةً فِي قُلُوبِهِمْ» (آل عمران: ۱۵۶). از امام سجاد^ع نقل شده است: هر کس با تسلیت و وعده الهی تسلی پیدا نکند، یعنی در مصیبت‌ها صبر نکند دنیا را با حسرت وداع خواهد کرد (صدوق، ۱۴۰۳ق، ص ۶۴).

برای درمان این بیماری، راهکارهایی در منابع دینی پیشنهاد شده است که در ذیل به موارد مهم آن اشاره می‌کنیم.

۲-۷-۱. تغییر نگرش

حسرت و اندوه یک فرد، حاکی از نوع بینش شخص نسبت به خدا و برنامه‌های اوست. اگر انسان این نگاه را عوض کند، موجب می‌شود تا بی‌جهت حسرت نخورد و به امر الهی تن دهد و راضی گردد.

در روایتی از امام صادق^ع نقل شده است: هنگامی که موسی^ع از کوه طور بالا رفت و با پروردگار خود مناجات کرد، گفت: پروردگارا! کدام یک از مخلوقات در نزد تو بسیار می‌غوض است؟ خداوند فرمود: آن کسی که به من تهمت می‌زند. حضرت موسی^ع پرسید: مگر تو مخلوقی داری که به تو تهمت می‌زند؟! خداوند فرمود: بله؛ کسی که از من طلب خیر می‌کند و من خیر او را به او می‌رسانم و هنگامی که قضا و قدر را معین می‌کنم، آنچه خیر اوست مقدر می‌کنم؛ اما او مرا متهم می‌کند [و باور نمی‌کند که آنچه برای او مقدر کرده‌ام، خیر اوست و می‌گوید: من از خدا خیر خواستم، اما خدا به من خیر نداد]» (راوندی، ۱۴۱۸ق، ص ۱۶۸).

براین اساس، خداوند بنده‌ای را دوست دارد که کار خویش را به

را به هم زد» به این معناست. چنان که از آیات الهی قرآن به دست می‌آید، راه درمان این بیماری و دفع وسوسه‌های شیطانی، نخست پنا بردن به خدای متعال و رعایت تقوای الهی است. در جای دیگر، به پیامبرش دستور می‌دهد که بگوید: «وَقُلْ رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ» (مؤمنون: ۹۷)؛ و بگو: پروردگارا! از اشارات وسوسه‌آمیز شیطان‌ها به تو پناه می‌برم». مراد از همزات شیاطین، وسوسه‌هایی است که در دل انسان می‌اندازد (طبرسی، ۱۳۷۲، ج ۷، ص ۱۸۷). حضرت یوسف وسوسه شیطانی را از زلیخا شنید، گفت: «قَالَ مَعَاذَ اللَّهِ إِنَّهُ رَبِّي أَحْسَنَ مَثْوَايَ إِنَّهُ لَا يُفْلِحُ الظَّالِمُونَ» (یوسف: ۲۳).

و مراد از نزع و همزات شیطان، وسوسه‌های او در نفس انسان است؛ و چنان که از آیه ۲۲ سوره «ابراهیم» نیز استفاده می‌شود، شیطان هیچ‌گاه به صورت فزیکتی کسی را وادار به کاری نمی‌کند. در روایتی از امیرمؤمنان^ع چنین آمده است: «از شر شیطان و وسوسه‌های او به خدا پناه ببر و بگو: آمنت بالله و برسوله مخلصاً له الدین» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۹۵، ص ۱۳۶).

در برخی روایات، ادعیه و اذکاری نیز برای دفع وسوسه شیطانی پیشنهاد شده است. در روایتی چنین آمده است: اگر نسبت به خدای متعال چیزی از وسوسه‌های شیطانی در دلت به وجود آمد، چنین بگو: «لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَ عَلِيٌّ أَمِيرُ الْمُؤْمِنِينَ. إِذَا قَلْتَ ذَلِكَ عَدْتَ إِلَى مُحَضِّ الْإِيمَانِ» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۷۲، ص ۱۲۸)؛ این ذکر باعث می‌شود که ایمان به دلت بازگردد.

لازم به ذکر است که صرف وسوسه در قلب بدون اثر عملی، عقاب الهی را در پی ندارد و خدای متعال آن را می‌بخشد.

امام صادق^ع می‌فرماید: شخصی نزد رسول خدا^ص رسید و گفت: بدهی و وسوسه صدر بر من چیره شده است. پیامبر اکرم فرمود: این دعا را بخوان: «تَوَكَّلْتُ عَلَى الْحَيِّ الَّذِي لَا يَمُوتُ، وَ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي لَمْ يَتَّخِذْ صَاحِبَةً وَ لَا وَلَدًا، وَ لَمْ يَكُنْ لَهُ شَرِيكٌ فِي الْمُلْكِ وَ لَمْ يَكُنْ لَهُ وِليٌّ مِنَ الدُّنْيَا وَ كَبَّرَهُ تَكْبِيرًا». با این دعا، هم بدهی او پرداخته شد و هم وسواس سینه‌اش برطرف گردید (کلینی، ۱۳۶۳، ج ۲، ص ۵۵۵).

شیوه درمان دیگری که از کلام علی^ع به دست می‌آید، یاد اهل بیت^ع است: «قَالَ أَمِيرُ الْمُؤْمِنِينَ^ع ذَكَرْنَا أَهْلَ الْبَيْتِ شِفَاءً مِنَ الْوَعَكِ وَ الْأَسْقَامِ وَ وَسْوَاسِ الرَّيْبِ» (برقی، ۱۳۳۰، ج ۱ ص ۶۲). با توجه به کلمه «شفا» در روایت، می‌توان بیماری بودن وسواس را دریافت گرچه عامل القای این بیماری، شیطان باشد.

نتیجه‌گیری

قلب نمادی از هویت آدمی است که به بیماری دچار می‌گردد. بررسی آیات مربوط به قلب نشان داد که این عنصر، نقش محوری را در حیات فردی و اجتماعی انسان دارد و بیماری آن، اختلال در سیستم حیات فردی و نظام اجتماعی را در پی خواهد داشت. همچنین بررسی بیماری گرایشی قلب در متن تحقیق، این نتیجه را به دست داد که هرچند گرایش‌های غریزی و فطری در نهاد انسان قرار داده شده است که عدم تعادل و افراط در آنها بیماری قلب را در پی خواهد داشت، اما بیشترین عامل بیماری قلب، فاصله گرفتن از خدا و عمل نکردن به دستورات الهی است. با توجه به ویژگی‌های ذاتی انسان و عوامل بیرونی قلب انسان همواره در معرض بیماری گوناگون است و تنها نسخه بازدارنده، و شفابخش - که سلامت قلب را در برابر آسیب‌ها، به‌ویژه آسیب‌های گرایشی تضمین می‌کند - عمل به دستورات حیات‌بخش قرآن کریم است.

او واگذارد؛ هرچند جهت خیر بودن قضای الهی را نفهمد؛ به خدا حسن ظن داشته باشد و بداند که خداوند به چنین بنده‌ای خیانت نمی‌کند و آنچه خیر است، برای او مقدر خواهد کرد.

۲-۷-۲. توجه به داده‌های خدا

در آیات الهی، فراوان به نعمت‌های خدا توجه و تذکر داده شده است (احزاب: ۹)؛ و اینکه نعمت‌های خدا قابل شمارش نیست (نحل: ۱۸)؛ و اینکه شکر نعمت موجب ازدیاد آن می‌شود: «لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَ لَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ» (ابراهیم: ۷).

در برخی روایات، به برخی نعمت‌هایی که از دیدگان و اذهان پنهان مانده‌اند، اشاره شده است: قال النبى ﷺ: «نعمتان مكفورتان: الأمن والعافية» (صدوق، ۱۴۰۳ق، ص ۳۴)؛ (ارزش) دو نعمت بر مردم پوشیده است؛ امنیت و عافیت. انسان برخوردار از فطرت سالم، با این آگاهی از نعمت‌های الهی، در قلب خویش حسرت و دریغی احساس نخواهد کرد.

۸-۲ ضیق و تنگی سینه

ضیق در لغت به معنای «تنگی»، «اندوه»، «گرفتگی خاطر»، «سختی و شدت» است. ضیق صدر، یعنی دل‌تنگی و آزرده‌گی خاطر، در برابر شرح صدر قرار دارد. البته تنگی سینه در صورتی بیماری به حساب می‌آید که در پی گمراهی از مسیر حق و سلب توفیق الهی، قلب دچار آن شود؛ مانند:

«وَمَنْ يَرِدْ أَنْ يَضِلَّهُ يُجْعَلْ صَدْرُهُ ضَيْقًا حَرَجًا كَأَنَّمَا يَصْعَدُ فِي السَّمَاءِ» (انعام: ۱۲۵)؛ خداوند هر که را بخواهد گمراه کند، سینه‌اش را (از پذیرفتن ایمان) سخت قرار می‌دهد؛ گویا به‌زحمت در آسمان بالا می‌رود.

از سنت‌های الهی آن است که برای پاک‌دلان حق‌پذیر، شرح صدر قرار دهد و لجوجان گریزان از ایمان را گرفتار سلب توفیق سازد. مراد از هدایت و ضلالت الهی، فراهم کردن اسباب هدایت برای شایستگان و از بین بردن آن اسباب برای ناهلان است.

این بیماری جنبه کیفری دارد و برای درمان آن باید انسان زمینه‌های آن را از وجودش پاک کند. اموری چون جهل و خودبینی و خودپرستی و غفلت از یاد خدا و...، از عوامل ضیق صدر شمرده می‌شوند. از این رو، باید آگاهی خود را بیشتر کنیم و از یاد خدا که اطمینان‌بخش دل‌هاست غافل نشویم.

منابع

- طبرسی، علی بن احمد، ۱۴۱۸ق، *مشکاة الانوار*، تحقیق مهدی هوشمند، قم، دارالحدیث.
- طریحی، فخرالدین، ۱۳۷۵، *مجمع البحرين*، چ سوم، تهران، مرتضوی.
- طوسی، محمدبن حسن، ۱۴۱۴ق، *امالی*، قم، دارالثقافه.
- فراهیدی، خلیل بن احمد، ۱۴۰۹ق، *کتاب العین*، چ دوم، قم، هجرت.
- فیومی، احمد، ۱۴۱۴ق، *المصباح المنیر فی غریب الشرح الکبیر*، چ دوم، قم، دارالهجره.
- قمی مشهدی، محمد، ۱۳۶۸، *تفسیر کنز الدقائق و بحر الغرائب*، تهران، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
- کلوانی محمد و علی احمد پناهی، ۱۳۹۳، *روانشناسی در قرآن؛ مفاهیم و آموزه ها*، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- کلینی، محمدبن یعقوب، ۱۳۶۳، *الکافی*، تحقیق، تصحیح و تعلیق علی اکبر غفاری، چ پنجم، تهران، دارالکتب الاسلامیه.
- لیثی، علی، ۱۳۷۶، *عیون الحکم و المواعظ*، تحقیق حسین حسینی بیرجندی، قم، دارالحدیث.
- مجلسی، محمدباقر، ۱۴۰۳ق، *بحار الانوار*، چ دوم، بیروت، دار احیاء التراث العربی.
- محدث نوری، حسین، ۱۴۰۸ق، *مستدرک الوسائل*، بیروت، مؤسسه آل البيت.
- محمدی ری شهری، محمد، ۱۴۱۶ق، *میزان الحکمه*، قم، دارالحدیث.
- مصباح، محمدتقی، ۱۳۷۰، *معارف قرآن*، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
- ، ۱۳۸۸، *اخلاق در قرآن*، چ دوم، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
- مصطفوی، حسن، ۱۳۶۸، *التحقیق فی کلمات القرآن الکریم*، تهران، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
- مکارم شیرازی، ناصر، ۱۳۷۱، *تفسیر نمونه*، چ دهم، تهران، دارالکتب الاسلامیه.
- نهیج البلاغه، ۱۳۷۰، تحقیق و شرح شیخ محمد عبده، قم، دارالذخائر.
- مصباح الشریعه، ۱۴۰۰ق، منسوب به امام صادق، بیروت، مؤسسه اعلمی.
- ابن شعبه حرانی، محمدبن حسن، ۱۳۶۳، *تحف العقول*، تحقیق، تصحیح و تعلیق علی اکبر غفاری، چ دوم، قم، جامعه مدرسین.
- ابن فارس، احمد، ۱۴۰۴ق، *مقاییس اللغة*، قم، مکتب الاعلام الاسلامی.
- ابن منظور، محمدبن مکرم، ۱۴۱۴ق، *لسان العرب*، چ سوم، بیروت، دار صادر.
- ازهری، محمد، ۱۴۲۱ق، *تهذیب اللغة*، بیروت، دار احیاء التراث العربی.
- آذرنوش، آذرتاش، ۱۳۹۱، *فرهنگ معاصر*، تهران، نشر نی.
- بحرانی، هاشم بن سلیمان، ۱۴۱۵ق، *البرهان فی تفسیر القرآن*، قم، مؤسسه البعثة.
- برقی، احمد، ۱۳۳۰، *المحاسن*، تهران، دارالکتب الاسلامیه.
- تمیمی آمدی، عبدالواحدبن محمد، ۱۳۶۶، *غرر الحکم و درر الکلم*، شرح آقاجمال خوانساری، چ چهارم، تهران، دانشگاه تهران.
- جمعه حویزی، عبدعلی، ۱۴۱۵ق، *نور الثقلین*، قم، اسماعیلیان.
- جوادی آملی، عبدالله، ۱۳۷۸، *تسنیم*، قم، اسراء.
- دهخدا، علی اکبر، ۱۳۷۳، *لغت نامه*، تهران، دانشگاه تهران.
- دیلمی همدانی، شیرویه، ۱۴۰۸ق، *الفردوس*، قاهره، دارالریان.
- دیلمی، حسن، ۱۴۱۲ق، *ارشاد القلوب*، قم، شریف رضی.
- راغب اصفهانی، حسین بن محمد، ۱۴۱۲ق، *مفردات الفاظ القرآن*، بیروت، دارالقلم.
- راوندی، سعید، ۱۴۱۸ق، *قصص الانبیاء*، تحقیق غلامرضا عرفانیان، قم، الهادی.
- زیبیدی مرتضی، محمد، ۱۴۱۴ق، *تاج العروس من جواهر القاموس*، بیروت، دارالفکر.
- زنجیری، محمودبن عمر، ۱۳۸۶، *مقدمه الأدب*، تهران، مؤسسه مطالعات اسلامی دانشگاه تهران.
- سیدمرتضی، علی، ۱۹۰۷، *الامالی*، قم، کتابخانه آیت الله مرعشی نجفی.
- شیبانی، محمدبن حسن، ۱۴۱۳ق، *نهیج البیان عن کشف معانی القرآن*، تحقیق حسین درگاهی، تهران، بنیاد دایرةالمعارف اسلامی.
- صدوق، محمدبن علی، ۱۴۰۳ق، *خصال*، تحقیق، تصحیح و تعلیق علی اکبر غفاری، قم، جامعه مدرسین.
- طباطبائی، سیدمحمدحسین، ۱۴۱۷ق، *المیزان فی تفسیر القرآن*، چ دوم، بیروت، موسسه اعلمی.
- طبرسی، فضل بن حس، ۱۳۷۲، *مجمع البیان فی تفسیر القرآن*، تصحیح فضل الله یزدی طباطبایی، و سیدهاشم رسولی، چ سوم، تهران، ناصر خسرو.
- ، ۱۳۹۲ق، *مکارم الاخلاق*، چ ششم، قم، شریف رضی.